

DROGA DO ZDROWIA

DROGA DO ZDROWIA

CZASOPISMO POŚWIĘCONE OCHRONIE ZDROWIA
SPRAWOM OPIEKI I UBEZPIECZENIOM SPOŁECZNYM

PAŹDZIERNIK

NUMER 10 ROK VII

»Szlachetne zdrowie,
Nikt się nie dowie,
Jako smakujesz,
Aż się zepsujesz«.

Jan Kochanowski

A ZEGAR WYDZWANIA NOCNE GODZINY...

SPOCZYNEK nocny lekarza zaczyna się o godz. 8-mej wieczorem, a kończy o 8-mej rano. Z góry jednak wiadomo, że jest to spoczynek niepełny i że może być często zamącony koniecznością pomocy lekarskiej w nagłych wypadkach. Lekarz prywatny pobiera za nocne wizyty wyższe honorarium, jako pewnego rodzaju wynagrodzenie za przerwany sen. Nie obowiązuje to jednak członków Ubezpieczalni Społecznej, których wizyta lekarska nic nie kosztuje i którzy wobec tego często nadużywają swego przywileju. Tłumaczy się to także faktem, że ubezpieczony zajęty cały dzień pracą, dopiero wieczorem znajduje czas, by porozmawiać z lekarzem o stanie zdrowia swoim i swojej rodziny. Wiele osób uważa lekarza za naturalnego przyjaciela i sojusznika w każdej okoliczności; jest to objaw dodatni, ale nastręczający sposobność do wielu nadużyć. Posłuchaj czytelniku, z jak dziwacznymi sprawami ubezpieczeni zwracają się do lekarza.

O godz. 21 głos w telefonie: „Ach, panie doktorze, przepraszam bardzo, ale czy nie mógłby pan posłać swojej służącej do mego fryzjera, który mieszka w waszej kamienicy, z zapytaniem, czy może mnie jeszcze dziś uczesać? Idę na bal i mam głowę w strasznym stanie... Czy będzie pan łaskaw? Czekam na odpowiedź przy telefonie“. Godzina 22 — telefon: „Panie doktorze, pan daruje, że go trudzę tak późno, ale wiem, że pan ma w opiece inżyniera B. W jego kamienicy jest wolne mieszkanie, na które reflektuję. Czy nie mógłby pan mnie zaprotegować?“

Zaledwo lekarz uporał się z tymi interesantami, gdy rozlega się dzwonek w przedpokoju. Wchodzi młody człowiek i już na progu opowiada: „Panie doktorze, jestem dziwnie zdenerwowany! Byłem w towarzystwie w kawiarni i nagle doznałem uczucia okropnego niepokoju. Czuję, że chwila rozmowy z panem zrobi mi dobrze...“

O godzinie 1 minut 30 telefon dudni na alarm: „Coś się stało mojemu dziecku! Nie śpi, rzuca się, stawia oczka w słup! Błagam, niech pan przyjdzie!...“ Lekarz dźwiga się z łóżka, idzie w ciemną noc i cóż się okazuje? Dziecko cierpi od trzech dni na zaparcie — doprawdy, mogło jeszcze i tę noc przeczekać.

O godzinie 2-giej telefonuje zaniepokojony małżonek: „Panie doktorze, moja żona dostała boleści, poród się zaczyna, czyby Pan nie mógł przysłać samochodu Ubezpieczalni, bo nigdzie nie możemy dostać taksówki, a trzeba już jechać do szpitala“.

I tak mijają godziny nocy. Jeżeli jeszcze dodamy do tych powyżej opisanych faktów, które świadczą o niedelikatności i braku poszanowania cudzego spoczynku, wypadki, w których istotnie zachodzi potrzeba pomocy, dojdziemy do przekonania, że na sen i odpoczynek lekarzowi nie wiele zostaje czasu.

Dr Kaz. Polny.



Idę na bal i głowę mam w strasznym stanie...

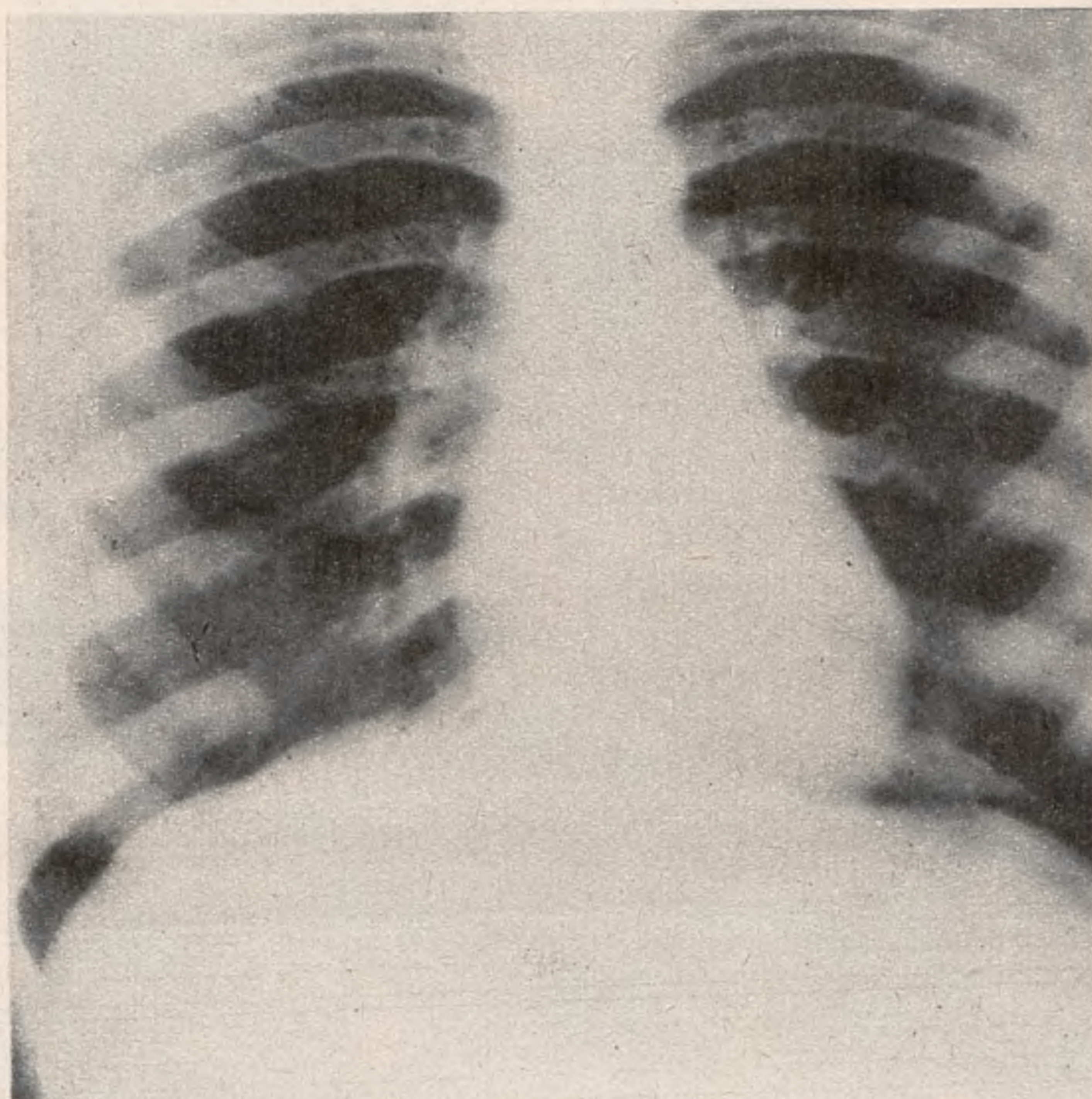
ODMA SZTUCZNA

Z WSZYSTKICH sposobów leczenia gruźlicy płuc daje odma sztuczna najlepsze wyniki. Leczenie to polega na wpuszczeniu powietrza do klatki piersiowej po stronie chorej. Zabieg ten uskutecznia się przez przekłucie klatki piersiowej za pomocą igły, przez którą wprowadza się powietrze. Z powodu wrodzonej elastyczności płuca wpuszczone powietrze powoduje zapadanie się tkanki płucnej. Dlatego też leczenie odmą sztuczną nosi miano leczenia zapadowego. Metodę tę leczenia podał lekarz włoski Forlanini pod koniec zeszłego stulecia. Obecnie jest to już sposób leczenia bardzo rozpowszechniony i olbrzymie statystyki podawane przez poszczególnych lekarzy i zakłady lecznicze świadczą o zbawiennym działaniu tego leczenia.

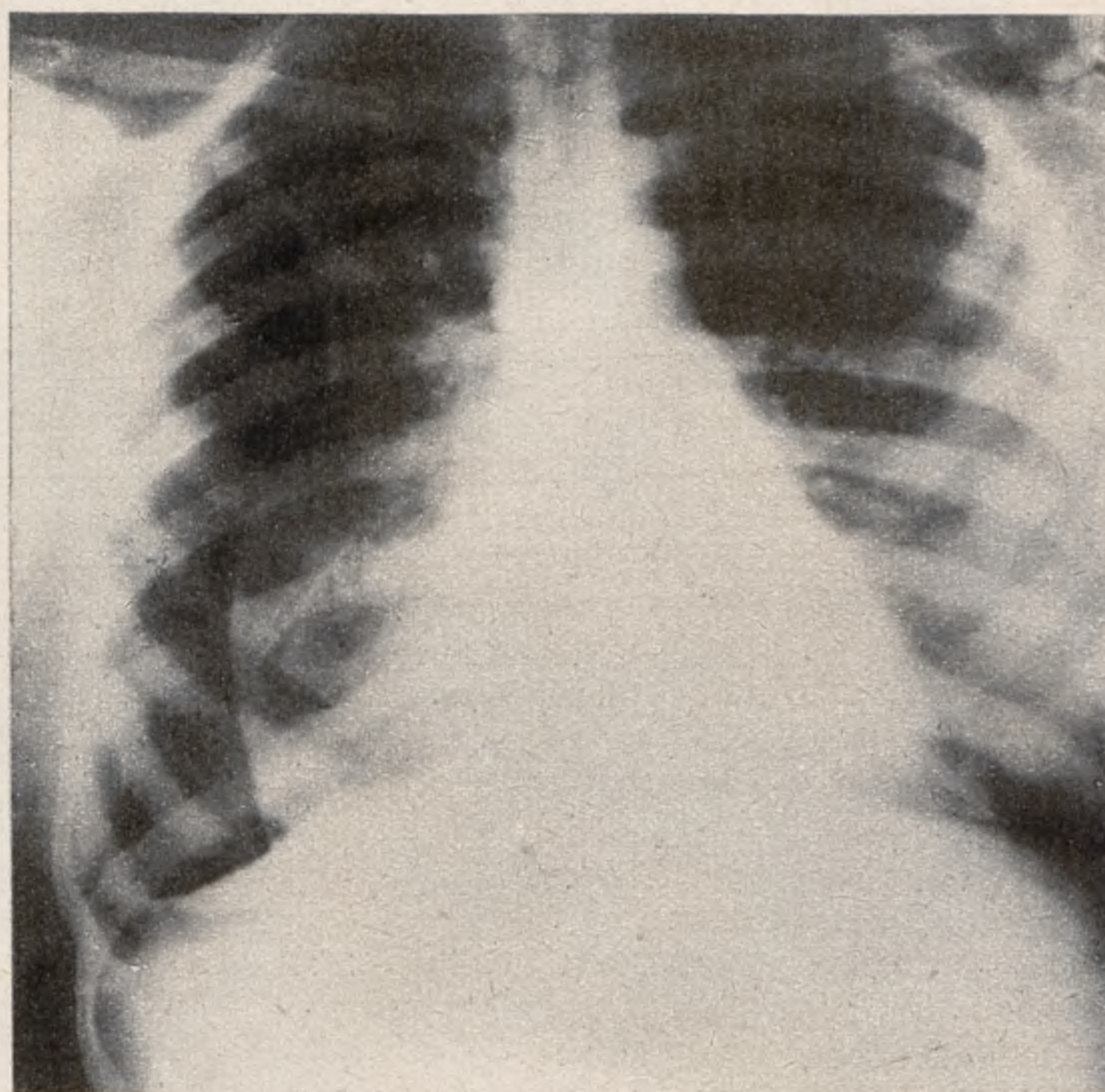
Jaki jest mechanizm leczniczego działania odmy sztucznej? Otóż przede wszystkim na skutek zapadu nie bierze już płuco w procesie oddychania udziału, innymi słowy przez wprowadzenie powietrza do klatki piersiowej powodujemy stan spoczynku, tj. unieruchomienie płuca. Wiemy bowiem, że w stanach prawidłowych liczba oddechów na minutę u człowieka wynosi około 15—18; jeżeli przemnożymy tę liczbę, aby obliczyć ile ruchów płuco wykonywać musi przez dobę, to zrozumiemy, że ciągłe rozprostowywanie i zapadanie się płuca musi niekorzystnie wpływać na sprawę chorobową gruźliczą w płucu się toczącą. Przez odmę sztuczną znosi się tym samym szkodliwy wpływ oddechania na płuco chore. Ponadto wskutek ucisku płuca jest tam przepływ krwi i limfy zwolniony, co sprzyja szybszemu zabliźnieniu chorych miejsc w płucu i wpływa tym samym wydatnio na sam proces gojenia się. Przez ucisk na naczynia limfatyczne zatrzymane zostają w płucu trucizny, które w płucu nieuciśniętym, drogą tych naczyń, dostają się do krwi i zatruwają ustrój. Dlatego też po odmie sztucznej ustępują zazwyczaj objawy zatrucia, takie jak gorączka, poty, osłabienie, brak apetytu. Jest rzeczą również bardzo ważną, że i w plwocinie znikają zazwyczaj prątki Kocha, a więc te bakterie, które wywołują zmiany gruźlicze, chorzy przestają przeto być rozsadnikami tego cierpienia. Czas trwania leczenia jednostronną odmą sztuczną rozciąga się zazwyczaj na 1—5 lat. Wprowadzanie powietrza uskutecznia się okresowo, a więc co pewien czas, ustalany każdorazowo przez ordynującego lekarza, powietrze bowiem ulega po pewnym czasie samoistnemu wchłanianiu. Ażeby więc płuco utrzymywać w stanie uciśniętym, trzeba, rzecz jasna, co pewien czas odmę sztuczną „dopełniać". Dopełnienia te stosowane być mogą z powodzeniem ambulatoryjnie. Tej też okoliczności zawdzięcza odma sztuczna również swe rozpowszechnienie, zwłaszcza, że chorzy leczeni odmą już po paru miesiącach oddawać się zazwyczaj mogą swej pracy zawodowej. Często nawet bezpośrednio po dopełnieniu chorzy wracają do swych zajęć, zwłaszcza jeżeli praca jest lekka i niemęcząca. Zasadniczo jednak lepiej jest po dopełnieniu przez dobę wypocząć.

Odmę sztuczną obustronną stosuje się w lecznictwie zaledwie kilkanaście lat. Wprowadzona została po raz pierwszy przez ucznia Forlaniniego, również Włocha Fagiuoliego. Stosuje się ją z dobrymi wynikami przy gruźlicy obustronnej. Nie w każdym jednak przypadku zajęcia obu płuc sprawą gruźliczą stosuje się leczenie obustronną odmą. Dobór przypadku zależy od szczegółowej analizy sprawy chorobowej poszczególnego chorego. Nadmienić przy tym należy, że odma sztuczna obustronna jest zabiegiem cięższym niż jednostronna. Mechanizm leczenia tą metodą jest zbliżony do opisanego mechanizmu działania odmy jednostronnej, nie doprowadza się jednak, ze względu na obustronność sprawy chorobowej, do dużego zapadnięcia się płuc. Stosuje się ją zazwyczaj na przemian, to po jednej to po drugiej stronie, tak że między jednym dopełnieniem a następnym (po drugiej stronie) zachowany jest pewien odstęp czasu. Czas trwania leczenia odmą obustronną jest zazwyczaj krótszy niż przy odmie jednostronnej i nie przekracza w przypadkach pomyślnie przebiegających 8—24 miesięcy. Najlepsze warunki leczenia odmą sztuczną obustronną stwarza równoczesny pobyt w sanatorium, przynajmniej przez kilka pierwszych miesięcy leczenia. Po tym czasie możliwy jest powrót do lżejszej pracy zawodowej (np. biuralistki, stenotypistki etc.). Po każdym dopełnieniu należałoby, zresztą tak jak po odmie jednostronnej trochę wypocząć i nie wracać zaraz do pracy, choć niektórzy chorzy, zmuszeni warunkami udają się bezpośrednio po dopełnieniu do swych zajęć. Leczenie odmą sztuczną obustronną daje znakomite wyniki, a odzyskane zdrowie to nagroda za „złe czasy" podczas choroby.

Dr J. F.



Normalny obraz płuca.



Odma prawostronna, płuco lewe bez zmian.

Pielęgnowanie skóry, a pory roku

PEWNE schorzenia skóry występują często w związku z porą roku. I tak np. uszkodzenie tego narządu, tak ważnego dla całego ustroju — jakim jest skóra — mogą być spowodowane nadmiarem ciepła w atmosferze. Pocenie się rąk i nóg wywołuje zapalenie skóry i pęcherze, które mogą doprowadzić do zapalenia naczyń limfatycznych. Na wiosnę i na jesieni częściej, niż w innych porach roku, występują zapalenia skóry w miejscach narażonych na tarcie, a mogą one przenieść się na całe ciało.

Promienie słońca w lecie działają na te części ciała, które w innych porach zasłaniamy odzieżą i tam powodują ostre zapalenia. Silne i zbyt często powtarzane kąpiele słoneczne przepalają i niszczą skórę, a u ludzi wrażliwych na światło pojawiają się nawet zaburzenia, stojące w związku z wątrobą, dające w następstwie pokrzywkę i swędzenie. Słońce powoduje również wytwarzanie się piegów.

Pokrzywki powstające wskutek spożycia pewnych potraw sezonowych polegają również na nadmiernej wrażliwości skóry. Niekiedy samo dotknięcie łodygi szparaga wywołuje zapalenie. Cięższe przypadłości sprowadza dotknięcie primulek, chryzantem, euforbii i bukszpanu. Katarowi siennemu towarzyszą niekiedy również pokrzywki i liszaje. Zapalenie skóry wywołane przez trawy łąkowe wyjaśniamy sobie drażniącym działaniem kwasów krzemowych.

Do chorób wiosennych zaliczamy również podrażnienie spowodowane wydzieliną gąsienic, natomiast świerzb zjawia się w zimie, a sprzyja mu brud i nieporządek.

Parę słów o jedynakach i jedynaczkach



FAKT to niezaprzeczony, że jedyne dziecko cierpi wprost na nadmiar miłości, troskliwości i tkliwości, które ją otaczają. Rzecz to zrozumiała, że całe swe uczucie koncentrują na nim, że pragną oszczędzić mu wszelkich przykrości, usunąć z drogi wszelki trud, zapobiec wszystkiemu, co by mogło zamącić mu radość i przynieść rozczarowanie. Ubiera się takie dziecko z przesadną starannością, zasypuje podarkami, a gdy potrąci i uderzy się o jaki mebel, bije się ten sprzęt za to, że ośmielił się pieszczochowi stanąć na drodze.

Dzieci zazwyczaj bardzo szybko orientują się w każdej sytuacji. Nic więc dziwnego, że jedynak, czy jedynaczka, wprędce zdaje sobie sprawę z władzy, jaką posiada nad sercem rodziców i że tyranizuje całe otoczenie. Jedyne dziecko siebie uważa za ośrodek świata, za oś koło której obracają się wszystkie myśli uczucia i troski rodziny. Wszystkiego żąda dla siebie, z niczego nie chce dobrowolnie zrezygnować. Cóż dopiero się dzieje, gdy dziecko spostrzeże jaki efekt na otoczeniu wywiera jego najlżejsza choroba. Nadużywa tego momentu i wywiera coraz silniejszy nacisk. Nie chce jeść, płacze jakby mu serduszko miało pęknąć, wynajduje coraz nowe dolegliwości, póki nie przeprowadzi swej woli i nie zrealizuje zachcianki, o którą mu chodziło. Obrazek tu podany może jest zbyt ciemnymi malowany farbami — może nie zawsze jedynacy stają się utrapieniem rodziców — niemniej życie ich i wychowanie zawsze podąża w opisanym kierunku, zawsze zmierza do rozwoju egoizmu i egocentryzmu.

Jedyne dziecko wzrasta stale w otoczeniu dorosłych. Przysłuchuje się ich rozmowom, obserwuje zwyczaje, przejmuje się ich troskami i przeżyciami. Są to rzeczy, które muszą odbić się szkodliwie na rozwoju dziecka, wypaczają bowiem jego wyobraźnię, niszczą samorodne myślenie, nie dopuszczają do wytworzenia własnego światka, w którym powinno się samodzielnie wyżywać. W ciągłym obcowaniu z dorosłymi dziecko staje się przemądrzałe i zarozumiałe. Te cechy a nade wszystko powierzchowne przyjmowanie wrażeń z zewnątrz przeszkadza ukształtowaniu się życia wewnętrznego, tej zasady, z której ma się rozwinąć charakter przyszłego człowieka. Świat uczuciowy również ulega zaburzeniom, a wyobraźnia ubożeje pod wpływem codziennej rzeczywistości życia dorosłych. Dziecko, wychowane samotnie, skazane na towarzystwo starszych, nigdy nie będzie mogło przeżyć swego dzieciństwa jako kraju baśni.

Z punktu widzenia rodziców sprawa posiadania jednego dziecka również nie przedstawia się korzystnie. Ciągła troska i niepokój o życie i całość ich maleństwa mącą im spokojny, obiektywny sąd a skoncentrowanie uczuć niszczy wewnętrzną równowagę tak potrzebną tym, którzy wprowadzają w życie nowe pokolenie. Odbija się to fatalnie na systemie wychowawczym, pozbawionym najczęściej rozsądku i celowości. Ma to tym większe znaczenie, że pierwsze lata życia dziecka stanowią okres, w którym rozwija się i kształtuje jego charakter. Dziecko jest bardzo wrażliwe. Nie bez racji porównywujemy często jego duszę do płyty fotograficznej: pierwsze promienie światła, które na nią padną, kreślą kontury wiecznotrwałe, które nie dają się zatrzeć.

Dr M. B.



O MALARII (ZIMNICY)

PRZEGLĄDAJĄC stare książki lekarskie — nie trzeba w tym celu sięgać aż do średniowiecza, wystarczy cofnąć się o 60 lat wstecz — stwierdzamy, że ówczesna medycyna nie wiedziała nic konkretnego o przyczynach, wywołujących malarię. Poświęcano tej chorobie zawsze wiele uwagi, wysuwano różne przypuszczenia, wszystkie jednak były dalekie od prawdy. Wyobrażano sobie, że malarię, czyli jak pospolicie mówiono „febrę“, wywołują trujące wyziewy (miazmaty), unoszące się nad bagnistymi obszarami, powstałe z rozkładu butwiejących roślin. Dopiero rozwój bakteriologii wprowadził badania malarii na nowe tory. Francuskiemu uczonemu, Laveranowi, przypada w udziale chwała uchylenia zasłony, otaczającej tę tajemniczą chorobę. Jemu to udało się stwierdzić w r. 1880, że „febra zmienna“ powstaje wskutek przeniknięcia do krwi pewnych żyjątek. Był to pierwszy krok w kierunku rozwiązania zagadki, przed którą zatrzymywała się wiedza.

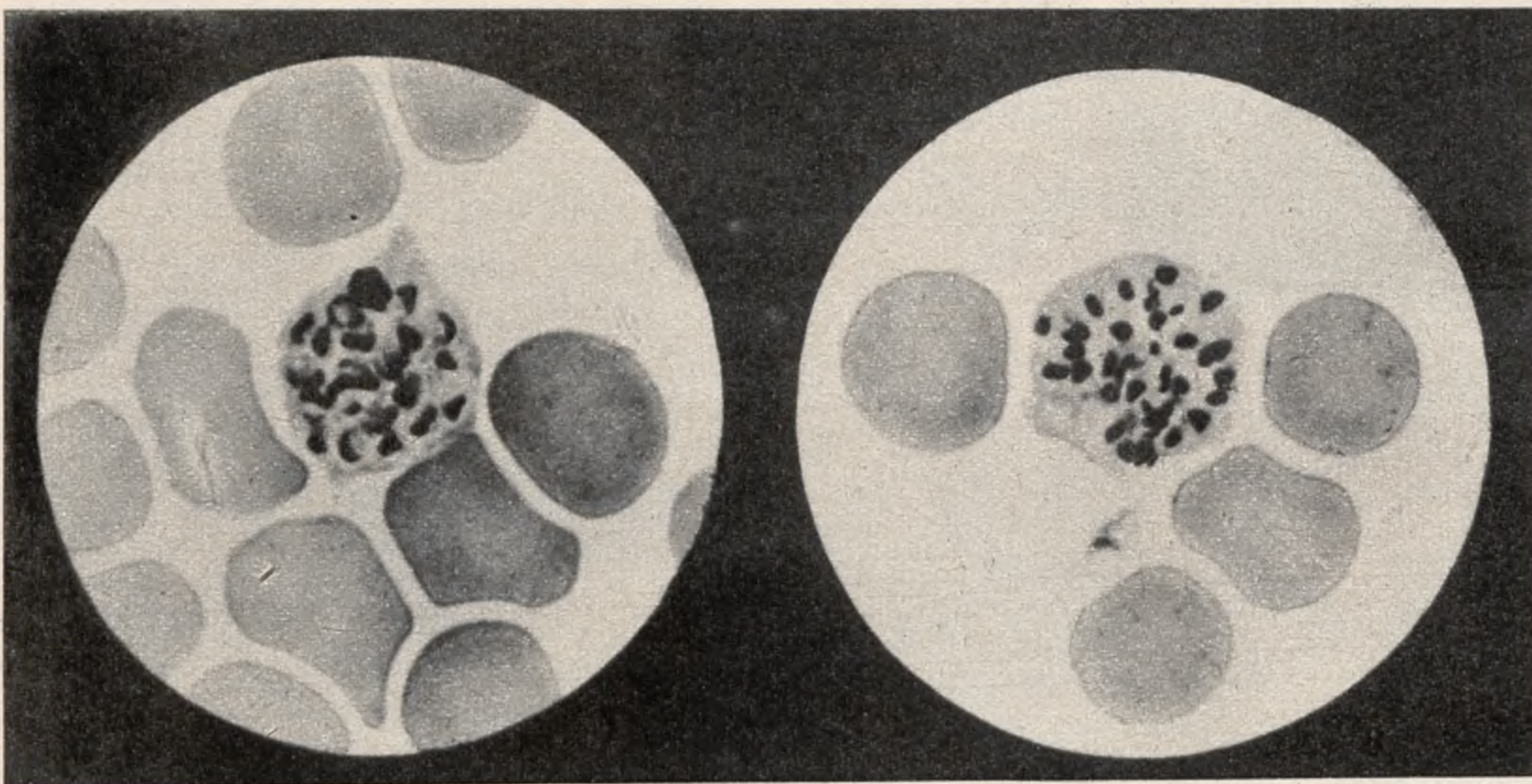
Ostateczny opis malarii, szczegóły dotyczące zakażenia i przebiegu choroby, zawdzięczamy całemu szeregowi badaczy. Wiemy obecnie, że chorobę roznosi pewien rodzaj komara, który składa jajka w stojącej wodzie, dlatego to malarię spotykamy najczęściej w okolicach bagnistych, o dużych rozlewiskach wodnych.

Kliniczne obserwacje pouczyły nas, że rozmaite postacie malarii mianowicie jej częstotliwość, zależy od gatunku drobnych żyjątek: jedne potrzebują dłuższego, inne krótszego czasu do rozwoju. Wobec tego przy pewnych postaciach napad gorączki przychodzi co trzy, przy innych — co cztery dni. Najzłośliwsze gorączki podzwrotnikowe odznaczają się nieregularnymi wybuchami temperatury.

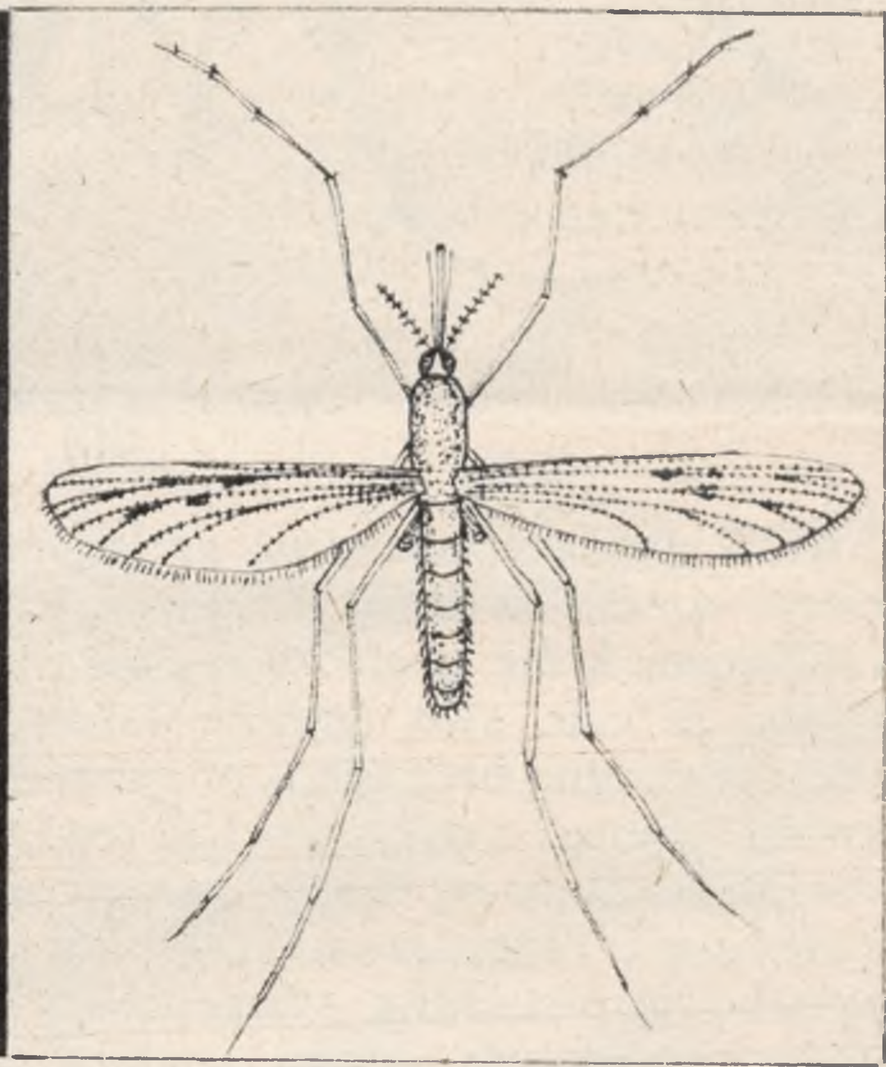
Szczególną uwagę zwrócono na te procesy, które po zakażeniu zachodzą w ludzkiej krwi i w tym kierunku udało się nam osiągnąć doniosłe wyniki. Okazało się, że pasorzyty w postaci młodzieńczej przenikają najpierw do naczyń limfatycznych, a potem do czerwonych ciałek krwi i tam rozwijają się, mnożą niesłychanie szybko przez podział i przepełniają czerwone ciałka krwi, przy czym czerwona barwa niemal zupełnie zanika. Następnie przy gwałtownym podniesieniu się ciepłoty ciała następuje rozsypanie się sporów, a tymczasem w innych czerwonych ciałkach odbywa się ten sam proces, który nieuchronnie sprowadza całkowite ich zniszczenie. Dlatego malaria nieleczona grozi ciężką niedokrwistością.

Zimnica tam tylko panuje, gdzie żyją komary oraz ludzie, którzy są nosicielami zarazków. Jeden jeszcze warunek jest nieodzownie potrzebny do wybuchu choroby: mianowicie temperatura powietrza, wynosząca co najmniej 17 stopni C., w niższej zarazki w komarach nie mogą się rozwijać. Zatem w rozprzestrzenianiu się malarii klimat odgrywa zasadniczą rolę; nie możemy co prawda uważać jej za chorobę ściśle podzwrotnikową, trzeba jednak przyznać, że w naszych szerokościach geograficznych spotyka się ją rzadziej i tylko tam, gdzie znachodzą się komary i ludzie zakażeni.

Dr B. M.



Zarazek malarii (zimnicy).



Samiczka komara widliszka, roznosząca spory malarii.

SZKARLATYNA CZYLI PŁONICA

SZKARLATYNA jest zakaźną chorobą, spotykaną przeważnie u dzieci. Mogą zapadać na nią i dorośli. Polska nazwa szkarlatyny — płonica. Charakterystyczną cechą płonicy jest nagły i gwałtowny początek. Bywa czasami, że się choroba powoli rozwija, i dziecko czuje się niewyraźnie od 2—3 dni, nawet trochę gorączkuje; nikt jednak nie zwraca na to uwagi. Najczęściej jednak mamy od razu bardzo wysoką ciepłotę ciała (39—40 stopni), wymioty, ból głowy, ciężki stan ogólny. Przy oglądaniu gardła widzimy bardzo obrzmiałe i zaczerwienione migdałki, na których są biało-żółte lub biało-szare plamki czyli naloty. Czasami obrzmiewają i są bolesne gruczoły szyjne. Język obłożony. Po 12—24 godzinach od początku choroby zjawia się płonicza wysypka. Są to drobniutkie, na początku różowe, a później mocno czerwone, zlewające się ze sobą punkciki tak, że całe ciało wygląda jak makiem czerwonym posypane. Z początku wysypka jest skąpa i zjawia się na szyi, z przodu na klatce piersiowej, i na plecach, następnie w ciągu 2—3 dni wysypka zajmuje całe ciało. Na twarzy wysypki nie ma, tylko policzki są mocno czerwone, a czoło, nos i podbródek zupełnie niezmienione wyróżniają się swoją białością spośród ogólnie zaczerwienionego ciała. Podczas wysypywania dziecko gorączkuje wysoko, następnie ciepłota obniża się powoli, wysypka blednie i ustępuje i chory powraca do zdrowia. W lekkich przypadkach już po tygodniu choroby dziecko czuje się dobrze.

Na początku drugiego tygodnia choroby zaczyna się łuszczenie naskórka. Na plecach, na klatce piersiowej i na brzuchu naskórek łuszczy się w postaci drobnych płatków (drobnych łuseczek). Natomiast z nóg i rąk, a szczególniej z dłoni i podeszew naskórek schodzi wprost całymi płatami, po czym się właśnie poznaje szkarlatynowe łuszczenie.



Odosobnienie dziecka chorego na szkarlatynę, matki nawet nie wpuszcza się do szpitala.

Mamy wiele lekkich przypadków płonicy, chory gorączkuje niewysoko, nieraz tylko boli go gardło, wysypka bardzo skąpa, albo i wcale nie ma jej. Zawsze jednak występuje łuszczenie szkarlatynowe na dłoniach i podeszwach. Często jednak spotykamy ciężkie przypadki płonicy, kończące się śmiercią. W wielu przypadkach płonica daje powikłania. Najczęściej spotykamy przy płonicy ropne zapalenie ucha średniego, kończące się częściową lub zupełną utratą słuchu. Większość dzieci głuchych lub z obniżonym słuchem nabyło tej wady po przebyciu szkarlatyny.

Następną ciężką komplikacją jest zapalenie nerek. Czasami spotykamy reumatyzm po szkarlatynie, a także są spotykane schorzenia serca.

Wszystkie te schorzenia powstają już po ustąpieniu wysypki i po obniżeniu się ciepłoty ciała. Po krótkim okresie pozornego zdrowia w końcu pierwszego tygodnia, a najczęściej w drugim i trzecim tygodniu od początku choroby obserwujemy nowe wzniesienie ciepłoty, pogorszenie się ogólnego stanu chorego i powstawanie tych lub innych powikłań. Toteż dziecko chore na szkarlatynę czyli płonicę koniecznie musi leżeć w łóżku 3 tygodnie, choćby się czuło zupełnie dobrze, wczesne bowiem wstawanie z łóżka w razie powstawania zapalenia ucha czy choroby nerek, czy innych cierpień popłoniczych czyni przebieg tych chorób bardziej ciężkim i długotrwałym. Płonica jest więc ciężką chorobą zakaźną, która może w organizmie naszym zostawić ślady na całe życie. Toteż nie wolno nam lekceważyć tego cierpienia. Każde dziecko chore na płonicę musi być leczone przez lekarza, a tam, gdzie są szpitale zakaźne, chory powinien być oddany do szpitala, bo tam tylko może mieć należytą opiekę lekarską i pielęgnację, i nie będzie się przyczyniał do szerzenia choroby. Płonica bowiem jest chorobą nie tylko zakaźną, ale i bardzo zaraźliwą.

Zarazek miesci się w jamie ustnej, nosie i gardle u chorego i jest tam od samego początku choroby (okres wylęgania) przez cały zaś czas choroby i zdrowienia, a nieraz i po przebyciu choroby. Toteż ozdrowieńcy, czyli ci, którzy już przeszli chorobę, również mogą zakażać swoje otoczenie. Są to tak zwani nosiciele zarazków. Te przypadki płonicy, które się zdarzają w rodzinie po powrocie dziecka ze szpitala, albo zachorowania w klasie po przyjściu do szkoły dziecka, które już płonicę przebyło, należy przypisać zakażeniu przez nosicieli.

Zarazek płonicy jest również we krwi chorego, a więc mamy go i w wysypce na skórze. Toteż możemy się zakażać przez łuski naskórka, odpadające podczas łuszczenia się i dlatego to cały okres łuszczenia chory musi przebyć w domu. Widzimy więc, że choroba przenosi się przede wszystkim przez obcowanie z chorym (licząc od najpierwszych objawów w ciągu 6—8 tygodni od początku choroby).

Następnie możemy przenosić płonicę przez zabawki, ubranie, książki i rzeczy codziennego użytku, którymi posługiwał się chory w czasie płonicy. Przenoszą też płonicę i ludzie zdrowi, pielęgnujący chorych lub też odwiedzający chorych. Toteż nie wolno chodzić do domów, w których chorują na płonicę.

Dr Janina Bortkiewicz-Rodziewiczowa.

PODZIAŁ FUNKCJI MIĘDZY Z. U. S. A UBEZPIECZALNIE SPOŁECZNE

WOBEC niedostatecznego orientowania się ubezpieczonych i członków ich rodzin w zakresie podziału czynności między Zakładem Ubezpieczeń Społecznych, a ubezpieczalniami społecznymi (na Śląsku Kasy Chorych) i niewłaściwego często skutkiem tego kierowania roszczeń, podań itp., Zakład Ubezpieczeń Społecznych wyjaśnia co następuje:

Ubezpieczalnie społeczne, obecnie od 1 stycznia 1937 r. w liczbie 61 na terenie całego kraju wykonywują ubezpieczenie na wypadek choroby i macierzyństwa, ponadto zaś spełniają cały szereg czynności dla innych rodzai ubezpieczeń (emerytalne, od wypadków w zatrudnieniu i chorób zawodowych i na wypadek braku pracy).

W związku z tym, do czynności ubezpieczalni społecznych należy:

1) ustalanie, czy i któremu ubezpieczeniu dana osoba podlega, oraz prowadzenie wykazów osób, podlegających ubezpieczeniu;

2) ustalanie uprawnień do kontynuowania poszczególnych rodzai ubezpieczeń;

3) wymierzanie i pobieranie składek ubezpieczeniowych oraz kontrola uiszczania składek przez pracodawców;

4) przyjmowanie roszczeń o świadczenia oraz przeprowadzanie czynności przygotowawczych dla udzielania świadczeń przyznanych przez Z. U. S. i udzielanie ich na zlecenie Zakładu.

W zakres czynności Z. U. S. wchodzi: 1) przyznawanie świadczeń ubezpieczenia emerytalnego robotników i pracowników umysłowych, ubezpieczenia od wypadków, oraz ubezpieczenia na wypadek braku pracy pracowników umysłowych; 2) administracja gromadzonymi funduszami poszczególnych rodzai ubezpieczeń; ustalanie planu lecznictwa sanatoryjno-zdrojowiskowego ubezpieczeń społecznych w zakresie ubezpieczenia chorobowego, jak i w zakresie funkcji, spełnianych na rzecz innych ubezpieczeń; 3) nadzór nad działalnością ubezpieczalni społecznych.

LIST LEKARKI DO PRZYJACIÓŁKI – O CIĄŻY

KOCHANA MOJA!

Z radością dowiedziałam się z Twego ostatniego listu, że spodziewasz się przyjścia na świat dzieciątka.

Żałuję bardzo, że nie mogę być teraz przy Tobie, żeby odpowiedzieć Ci dokładnie na pytania, które mi zadajesz. Postaram się zmieścić w tym liście odpowiedź na najważniejsze...

Pracy przerywać nie potrzebujesz. Ciąża jest zjawiskiem przyrodzonym, naturalnym, a nie chorobą i pamiętaj, że przez cały czas trwania musisz się uważać za osobę zdrową. Twoja praca biurowa nie jest zbyt męczącą fizycznie, ale nawet i więcej wyczerpujące zajęcia domowe, którym się poza biurem oddajesz, są raczej konieczną gimnastyką i nie zaszkodzą Ci zupełnie. Oczywiście — nie trzeba żebyś dźwigała ciężkie rzeczy, chodziła na zbyt forsowne wycieczki i spacery, tańczyła i przebywała w zadymionych lokalach. Pamiętej jednak o codziennym spacerze i staraj się jaknajwięcej przebywać na powietrzu. Gdy wyjedziesz na urlop na wieś, możesz się kąpać w zimnej wodzie i plażować — tylko jak zresztą zawsze — bez przesady! — zgubnej nawet u najzupełniej normalnych ludzi. Pytasz o obcasy? Broń Boże! Wyrzuć ze swej garderoby wszystkie pantofelki na francuskich obcasach. Niski, szeroki słupkowy obcas, bardzo wygodne obuwie, w lecie płócienne (nie na gumie!) ułatwi Ci niesłychanie lekkość poruszania się — zwłaszcza w ostatnich miesiącach ciąży.

Mam nadzieję, że nie nosisz okrągłych podwiązek! To jest zgubne przyzwyczajenie, które nareszcie kobiety powinny porzucić. A już w czasie ciąży okrągła podwiązka jest obsolutnie niedopuszczalna. Tamuje krążenie krwi w nogach, ułatwia wytworzenie się żylaków i obrzęków, których tworzeniu się i tak ciąża sprzyja. Luźny pasek z podłużnymi podwiązkami, bez fiszbinów i stalek posłuży ci najlepiej do podtrzymania pończoch.

W dalszych miesiącach ciąży, specjalne pasy ciążowe oddają dobre usługi — ale konieczne nie są. Natomiast krępowanie i ściskanie brzucha sprzyja wytworzeniom się różnych wad w budowie u dziecka i unieszczęśliwić je może na całe życie!

Staniczek jest konieczny — w ciąży piersi rosną znacznie i niepotrzebnie się deformują, o ile nie są podtrzymywane. To zresztą nie zawsze pomaga. To już, zdaje się co do ubrania wszystko.

Teraz moje dziecko, porzuć papierosy! Wiem, że Ci to z trudnością przyjdzie, ale napewno zrobisz to dla dobra swego dziecka. Nikotyna jest bardzo szkodliwa dla organizmu dziecka i matki ciężarnej. Poza tym wyrzuć ze swojej diety ocet, musztardę i wszelkie ostre przyprawy. Jedz chleb razowy, dużo jarzyn, owoców, jaj, masła i mleka — a będziesz zdrowa Ty i Twoje maleństwo.

Nie zapomnij wybrać się do lekarza-specjalisty, — przynajmniej w drugiej połowie ciąży. Trzeba zbadać, czy wszystko jest w porządku, jak funkcjonują Twoje nerki, serce i jak się rozwija dziecko. Właściwie przez cały czas ciąży kobieta powinna być pod opieką lekarską. Są różne komplikacje, które trudno z góry przewidzieć, mogące powikłać gładki przebieg ciąży. Zresztą dla kobiet — członkiń Ubezpieczalni, nie przedstawia to żadnych trudności. Macie każdej chwili do dyspozycji najlepszych lekarzy-położników.

Pytasz o poród. Bezwzględnie w szpitalu! Domowa opieka, choćby najlepsza, nie da Ci tego co szpital. Zresztą nigdy nie można przewidzieć czy poród pójdzie zupełnie gładko. Rodzić powinno się bezwzględnie w odpowiednich zakładach, a już zwłaszcza pierwsze dziecko. Dziwię się nawet, że zastanawiasz się nad tym, Ty, która jako członek Ubezpieczalni masz do dyspozycji nowy, wspaniały szpital na Prądniku i jego oddział położniczy — jeden z najlepiej postawionych tego rodzaju oddziałów w Polsce.

Muszę już kończyć, bo list będzie za długi. O porodzie i połogu napiszę Ci później, gdy to będzie już bardziej aktualne dla Ciebie. A tymczasem ściskam Cię serdecznie.

Twoja J. B.

LEKARZE-BOHATERZY

MAŁO kto wie, że polscy lekarze poświęcają się z zapałem walce z tyfusem plamistym i badaniom nad nieznanym dotąd jego zarazkiem. Aby uzyskać szczepionkę dla 1 człowieka trzeba wyhodować conajmniej 100 wszy, które te zarazki tyfusu noszą w swoim przewodzie pokarmowym. W Polsce rocznie potrzeba conajmniej 10.000 szczepionek przeciw tyfusowych. Łatwo stąd obliczyć, jakie olbrzymie ilości wszy trzeba wyhodować w tym celu. Hodowla wszy polega na karmieniu ich krwią ludzką i to nie z naczynia, tylko wprost z ciała ludzkiego. Takiego karmienia wszy nie chce się podjąć nikt za żadną cenę. Wobec tego podejmują się tej okropnej funkcji lekarze — bezpłatnie.

W Państwowym Instytucie Higieny w Warszawie dr Mosing karmi własną krwią trzy razy dziennie sześć tysięcy wszy, które zamknięte w małych klateczkach, przykłada sobie do piersi i do rąk. Znosi dziennie 18.000 ukłuć. Takich lekarzy-bohaterów bezimiennych i cichych jest w Polsce kilkudziesięciu. Ci ludzie dosłownie składają swoje życie w ofierze dla dobra ludzkości. Wskutek utraty olbrzymiej ilości krwi — zapadają na ostrą anemię. Nie mają życia prywatnego — gdziekolwiek idą, muszą nosić ze sobą swoje krwiożercze wychowanki, aby je w porę nakarmić.

O tym niesłychanym bohaterstwie stanowczo za mało wie społeczeństwo, dla którego pracują ci ludzie, skromni i pełni poświęcenia! *J. B.*

KRONIKA

UBEZPIECZENIE BEZROBOTNYCH NA WYPADEK CHOROBY. Zakład Ubezpieczeń Społecznych wyjaśnia, że bezrobotni pracownicy umysłowi, przez czas pobierania zasiłku z powodu braku pracy, ubezpieczeni są na wypadek choroby we właściwych Ubezpieczalniach Społecznych na koszt Z. U. S. Dotyczy to również ubezpieczonych, którym odmówiono zasiłku z tego powodu, że w ostatnio wykonywanym zatrudnieniu nie otrzymywali żadnego wynagrodzenia ani w gotówce, ani w naturze.

NIE ZABIERAĆ DZIECI DO SANATORIÓW ZUS. Niejednokrotnie zdarza się, że osoby kierowane na leczenie do sanatoriów ubezpieczeń społecznych, zabierają z sobą dzieci w zamiarze jednoczesnego przeprowadzenia leczenia ich na koszt własny.

Ponieważ sanatoria i domy zdrowia Zakładu Ubezpieczeń Społecznych nie przyjmują dzieci poniżej lat 14-tu, przeto w celu uniknięcia w takich wypadkach zatargów między ubezpieczonymi a administracją sanatoriów Z. U. S. polecił Ubezpieczalniom Społecznym, aby zwracały uwagę ubezpieczonym, kierowanym na leczenie sanatoryjne, na istnienie tego rodzaju zakazu.

BUDOWA WYTWÓRNI PROTEZ. Zakład Ubezpieczeń Społecznych buduje w Poznaniu własną wytwórnię protez dla ubezpieczonych, którzy doznali kalectwa.

Wytwórnia ma być uruchomiona jeszcze w roku bieżącym.

WARUNKI PRENUMERATY: z przesyłką poczt. rocznie 2 zł. numer pojed. 20 gr. Redaktor odpowiedzialny: Dr. Władysław Medyński. Wydawca: Ubezpieczalnia Społeczna w Krakowie. Adres Redakcji i Administracji: „Droga do Zdrowia" Kraków ul. Batorego 3. Telef. 150-80. — Drukarnia Narodowa w Krakowie